

➤ **EDITORIALE**

7 Buoni propositi 2019

➤ **ATTUALITÀ**

8 Povertà sanitaria

➤ **SPECIALITÀ A-Z**

12 **Dermatologia**

S.O.S. couperose

14 **Gastroenterologia**

Brucciore da reflusso
così lo tieni sotto controllo

16 **Ginecologia**

Prurito intimo:
se fosse colpa
del lichen sclerosus?

18 **Reumatologia**

Spondilite anchilosante:
come riconoscerla e curarla

➤ **PERSONAGGIO**

20 **Awa Fall Mirone**

Le mie canzoni reggae
contro le diseguaglianze

➤ **IN SALUTE**

22 **Stili di vita**

Feng Shui

24 **Alimentazione**

I 5 consigli d'oro
per un'alimentazione sana

28 **Bergamoto,**

l'oro verde della Calabria

➤ **IN ARMONIA**

30 **Psicologia**

Elogio della solitudine

32 **Coppia**

Quando una relazione
diventa tossica

➤ **IN CASA**

36 **Architettura**

Atlante Second Life

➤ **IN FAMIGLIA**

38 **Dolce attesa**

Donazione del cordone
Una scelta solidale

41 **Bambini**

Gli ossiuri
o i "vermetti dei bambini":
conoscere per prevenire

44 **Massaggio infantile**

Come e perché farlo

46 **Ragazzi**

Dipendenza da smartphone?
Aumenta il rischio
di abbandono scolastico

➤ **IN FORMA**

48 **Fitness**

Fitboxe. Prendi a pugni
lo stress e ritrovi la forma

50 **Bellezza**

Obiettivo mani senza età

➤ **ATS INFORMA**

52 **Incidenti sulle piste da sci**

(e fuori): le regole
per evitarli... e vivere
la montagna in sicurezza

➤ **RICETTA**

60 **Riso integrale colorato**

➤ **RUBRICHE**

62 **Altre terapie**

Yamuna® Body Rolling

64 **Guida esami**

Topografia corneale

67 **Animali**

Cani in ufficio

➤ **DAL TERRITORIO**

70 **News**

72 **Onlus**

ANVOLT

74 **Farmacie**

Cistite. Buone abitudini
e integratori naturali
per prevenirla

76 **Il lato umano**

della medicina
Di giorno uso il bisturi
di sera suono il violino

79 **Malattie rare**

Dermatomiosite

80 **Testimonianza**

Sono stato all'inferno
ma ora sono rinato

➤ **STRUTTURE**

82 **ASST Papa Giovanni XXIII**

84 **Carentent**

➤ **PROFESSIONI SANITARIE**

86 **Il terapista occupazionale**

➤ **REALTÀ SALUTE**

89 **9 COOP Centro**

Infermieristico Polispécialistico

91 **Clinica Dentale**

Pianeta Sorriso

93 **Tecno System**

94 **Sind Neurottimo**

97 **20fit**

Allegato centrale:

Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE

